

RETIRO PARA MATRONAS

25 / 27 Abril

HACIENDA SIERRA DEL POZO

Pozo Alcón
(Jaén)



¿ERES MATRONA?

Optimizando Posiciones Materno-Fetales con
@Shiranefraty

certificación Hipnoparto por Emilio de
@emiliobastidamatron.



Más información

📞 621 39 27 25

📷 @creandovidare tiro

✉️ creandovidare tiro@gmail.com



JUNTOS POR PRIMERA VEZ

En creando vida retiro



 **shiranefraty** 

 **Shiran Efraty** 

600 publicaciones 19 mil seguidores 1004 siguiendo

Clínica de salud de la mujer
Mamá de 4, matrona y docente. Formaciones en obstetricia que reducen tasas de cesáreas y optimizan el parto según la evidencia. Nuevo taller - SGB 

 event.webinarjam.com/regi... y 1 más



sobre el
Estreptococo d
Grupo B (EGB)
en el Embarazo

emilobastidamatron   

486 publicaciones 20,3 mil seguidores 1217 seguidos

Emilia Bastida **matrón**
Medicina y salud
Lili Escobar
📍 [@nacer_en_grande](#) #hipn parto
Matrona en @icosadramatidad
GRATIS 📺 Plan de parto y audio de relajación
📍 [linktr.ee/emilobastidamatron](#)

      

PUBLICACIONES **REELS** **ETIQUETADAS**

  

  



RETIRO EXCLUSIVO PARA MATRONAS



01

PRESENTACIÓN

¡Bienvenidos a Creando Vida Retiro, Un lugar donde la magia nace!

¡Hola, queridas matronas!

¡Estamos emocionadas de poder compartir con ustedes un evento tan especial diseñado exclusivamente para matronas! Este fin de semana de retiro está hecho a medida para que podamos **encontrar ese equilibrio** tan necesario entre la expresión, el conocimiento y la formación que buscamos en nuestra profesión. Imaginen pasar tiempo juntas en un espacio donde podamos reflexionar profundamente, debatir temas relevantes y, lo más emocionante, adquirir nuevos conocimientos desde una perspectiva que abarca tanto nuestra salud mental como física.

Estoy encantada de anunciar que contaremos con la presencia de **dos expertos extraordinarios:**

Shiran de @shiranefraty, quien nos guiará a través de su formación sobre **Biomecánica y conciencia corporal**, adaptado especialmente para nosotras.

Y Emilio de

@emiliobastidamatron, con su **certificación** acreditada en Nacer en Grande **Hipnoparto**.

Y eso no es todo, ¡todo está preparado para que puedan relajarse y sumergirse por completo en esta experiencia única!

Así que los invito a que se unan a nosotras en este fin de semana especial lleno de retiro, descanso, aprendizaje y, sobre todo, la oportunidad de conectarnos como comunidad de matronas.

¡Será una experiencia inolvidable que como MATRONA no te puedes perder!



¿Cómo nace?

"Creando Vida Retiro" nace de una necesidad profunda y una dedicación incansable a las mamás. Sabemos que el embarazo y la maternidad pueden ser momentos emocionantes, pero también pueden ser muy desafiantes. Por eso, nuestra fundadora, quien también es madre, sintió la necesidad de crear un espacio seguro y acogedor donde las futuras familias puedan conectarse con otras mujeres en su misma situación y recibir el apoyo y la orientación que necesitan para disfrutar plenamente de esta etapa de sus vidas. Siendo los 3 retiros ACTIVOS, diseñados para mujeres, madres, embarazo y matronas.

En "Creando Vida Retiro", adoptamos un enfoque que no solo abarca la salud física, sino también la emocional y espiritual de las futuras mamás. Reconocemos estos procesos como momentos de transformación y entendemos que cada mujer requiere un enfoque personalizado para su bienestar y el de su bebé. Nos comprometemos a ofrecer una amplia gama de actividades diseñadas con nuestro exclusivo método de "Creando Vida Retiro" para ayudar a las futuras familias a relajarse, conectarse con su cuerpo y su interior, y prepararse para la llegada del nuevo miembro de la familia.

En este contexto, enfocamos nuestro trabajo en el nuevo retiro para matronas, reconociendo la vital importancia de nuestra labor en esta etapa. La seguridad y la tranquilidad de las familias que confían en nosotros para dar vida a lo más preciado, sus hijos, son nuestra máxima prioridad. Como profesionales en el campo de la maternidad, nos esforzamos por ofrecer lo mejor de nosotros para garantizar que nuestro trabajo sea óptimo



@Creandovidaretiro

@Denisseclyton

El por qué de nuestro logo



Creando Vida Retiro" saca esta edición especial para matronas con el fin de prepararnos, junto a expertos como Shiran y Emilio, para las nuevas llegadas y para acompañar a las mamás de la mejor manera posible. Reconocemos la importancia de estar completamente preparadas y actualizadas en nuestras habilidades y conocimientos para brindar el mejor apoyo a las familias durante esta etapa crucial de sus vidas. Este retiro nos proporcionará las herramientas necesarias para ofrecer un cuidado integral, desde la gestión mental y física hasta el acompañamiento emocional, asegurando así una experiencia positiva y enriquecedora para todas las personas involucradas en el proceso de traer nueva vida al mundo.

Con la formación en biomecánica e hipnoparto impartida por estos grandes profesionales, además de cuidar nuestra salud mental y física como expertas en el campo, también contaremos con la guía de una instructora de yoga, pension completa y muchas actividades sorpresa. ¿Están preparadas para un fin de semana donde nosotras somos las protagonistas? Únete a esta tribu de matronas y juntas vivamos una experiencia única llena de aprendizaje, conexión y crecimiento. ¡Te esperamos con los brazos abiertos para que juntas vivamos este momento tan especial!

¿Qué profesionales nos acompañan?



@comadronaenlaola

Shiran Efraty es una matrona, docente y emprendedora reconocida por desarrollar el método de Óptimas Posiciones Fetales (OPF), orientado a mejorar la biomecánica del parto y reducir las tasas de cesáreas. Es madre de cuatro hijos y ha dedicado su carrera a formar a profesionales en técnicas que optimizan el proceso de nacimiento, basándose en evidencia científica actualizada. Su enfoque integral y basado en la fisiología ha influido en la práctica obstétrica, promoviendo partos más seguros y satisfactorios tanto para las madres como para los profesionales que las asisten.

Shiran Efraty

Obstetricia y Crecimiento Profesional



@emiliobastidamatron

Emilio, enfermero comprometido, amplió su experiencia internacional en el University College Hospital en Londres tras graduarse en España. Participó en más de 5,000 nacimientos en diversos países, enriqueciendo su enfoque en el acompañamiento durante el parto. Su libro y curso online, "Nacer en Grande®", condensan su amplia experiencia. En 2020, publicó "Mi parto en casa" y ha sido ponente en congresos internacionales. Su objetivo es mejorar la experiencia de dar a luz, priorizando la salud física, mental y emocional de las mujeres y sus familias.



OPF Optimizando Posiciones Materno-Fetales

impartido por Shiran Efraty está diseñado para profesionales que trabajan con mujeres embarazadas, como matronas y otros especialistas en obstetricia. Este programa ofrece herramientas prácticas para optimizar las posiciones materno-fetales antes y durante el parto, con el objetivo de facilitar el proceso de nacimiento y reducir complicaciones relacionadas con posiciones fetales subóptimas.

Contenido del Curso:

- Biomecánica del Parto: Estudio de las fuerzas y movimientos involucrados en el proceso de nacimiento.
- Alineación durante el Embarazo: Técnicas prácticas para alinear el canal blando y óseo, favoreciendo una posición fetal óptima.
- Presentaciones Fetales Desfavorables: Identificación y manejo de situaciones como la posición occipito-posterior (OP) y el asinclitismo.
- Técnicas para el No Progreso de Parto: Estrategias para abordar y resolver casos en los que el parto no avanza adecuadamente.
- Integración en la Práctica Clínica: Cómo aplicar los conocimientos adquiridos en consultas y educación maternal.



Nacer en Grande®

Certificación oficial

En esta formación, exclusiva para matronas, se explorarán durante 4 horas las **bases del hipnoparto**, una técnica que permite a las mujeres vivir su parto con mayor calma, confianza y conexión. Se trabajarán herramientas de respiración, visualización y relajación profunda para aplicar en el acompañamiento al nacimiento.

A través de un enfoque práctico y vivencial, las matronas aprenderán a integrar el **hipnoparto en su labor diaria**, brindando a las mujeres un parto más consciente y positivo. Al finalizar, recibirán su **certificación oficial** en Nacer en Grande®, ampliando sus recursos para una atención más respetuosa y empoderada.

Contenido del Curso:

- Introducción al Hipnoparto y la Metodología Nacer en Grande®
- Técnicas de Relajación y Respiración
- Visualización y Afirmaciones Positivas
- Comunicación y Lenguaje Hipnótico
- Aplicación Práctica en el Acompañamiento al Parto



Denisse Garcia ~ CEO Creando vida ~ Facilitadora de Breath work

El breathwork no solo nos ayuda a procesar emociones acumuladas, sino que también nos permite volver a nosotras mismas, soltar lo que pesa y abrazar nuestra propia energía. En este espacio, aprenderemos a sostenernos con la misma fuerza y amor con que sostenemos a otras mujeres en su camino.

Este es un momento para ti,
para escucharte, sanar y
respirar profundamente,
permitiéndote sentir y recibir
tanto como das. 🌬️



¿Qué nos van a compartir?

BREATHWORK (RESPIRACIÓN CONSCIENTE Y CONECTADA) - BAÑO CON HIELO

En este taller, Denisse García te guiará a través de la respiración consciente para **silenciar la mente racional** y **conectar con tu esencia**. A medida que tu respiración se vuelve más profunda, **liberarás** tensiones, **miedos** y creencias que te limitan en tu labor y en tu vida.

Para integrar esta transformación, enfrentarás la incomodidad del **baño de hielo**, un desafío que te enseñará a sostenerte con calma en la adversidad. Tú **tienes el control de tu mente**, y no ella sobre ti.

💧 Nacemos completos, con una inhalación, y nos marchamos con una exhalación. A través del breathwork, volveremos atrás para renacer, sanar lo heredado y soltar lo que no nos pertenece. **Este es un viaje de liberación**, de fuerza y de conexión con nuestra verdadera esencia.



Si estás leyendo esto, queremos daros la enhorabuena por elegir lo mejor para vosotr@s y para vuestra profesión. Creando Vida Retiro crea un espacio único enfocado exclusivamente a matronas como tú, donde podréis encontrar todo el apoyo y la información necesaria para enriquecer vuestra práctica profesional y prepararos para brindar el mejor cuidado durante el acompañamiento y parto. Es un espacio donde podréis fortalecer vuestras habilidades y conocimientos, conectando con vuestra profesión de manera más profunda y significativa, acompañadas de profesionales referentes en este mundo.

¡Os esperamos para acompañaros en este viaje de crecimiento y aprendizaje!

Shiran Efraty
Obstetricia y Crecimiento Profesional





Programacion del retiro

Día 1

Día 1. Viernes

- **16:00-18:00:** Bienvenida y entrada, tour por el complejo.
- **18:00-19:00:** Presentación del retiro e introducción.
- **19:00-21:00:** Las matronas del S.XXI, problemas actuales e intención del retiro.
- **21:00:** Cena y tiempo libre.

Día 2

Día 2. Sábado

- **08:30-09:30:** Breathwork y ruta en movimiento.
- **09:30-10:30:** Desayuno.
- **10:30-14:30:** Nacer en Grande® hipnoparto para matronas
- **14:30-16:30:** Comida y descanso
- **16:30-20:30:** Biomecánica y conciencia corporal para matronas
- **21:00:** Cena
- **22:00:** Actividad sorpresa.



Día 3

Día 3.

- **09:00-9:40:** Movimiento y visualización.
- **09:40-10:30:** Desayuno
- **10:30-11:30:** Meditación Nacer en Grande® y práctica entre matronas
- **11:30-14:00:** Ruta en conexión breathwork, baño de hielo y ceremonia de cierre.
- **11:00 a 14:00 -** Comida



CREANDO VIDA

TE ESPERAMOS

25 / 27 Abril

HACIENDA SIERRA DEL POZO

Pozo Alcón
(Jaén)



450€ Hasta 6 Marzo

550€ Después



Más información

📞 621 39 27 25

📷 @creandovidare tiro

✉️ creandovidare tiro@gmail.com

